

Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional



DINARS

Sopars  
RecomanatsPRODUCTE  
ECOLÒGIC

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 7 AL 11 MAIG 4 AL 8 JUNY	ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET <b>CROQUETES SENSE GLUTEN**</b> AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA S/ GLUTEN I FRUITA	ESPIRALS <b>SENSE GLUTEN</b> AMB PERNIL DOLÇ* I TONYINA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA S/ GLUTEN I FRUITA	AMANIDA CAMPERA (patata,tomàquet,pebrot i ou) ÇAÇO AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA S/ GLUTEN I FRUITA	CREMA TÈBIA DE PORROS I PATATES LLOM ARREBOSSAT** (AMB FARINA <b>SENSE GLUTEN</b> ) AMB AMANIDA PA S/ GLUTEN I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS* TRUITA DE CARBASSÓ AMB PASTANAGA RATLLADA PA S/ GLUTEN I GELATS/ GLUTEN
2 14 AL 18 MAIG 11 AL 15 JUNY	MACARRONS <b>SENSE GLUTEN</b> AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB CEBA I PATATA PANADERA PA S/ GLUTEN I FRUITA	ARRÒS 3 DELICIES (arròs,pernil dolç* i olives) SALSITXES* A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA PA S/ GLUTEN I FRUITA	LLENTIES ESTOFADES* FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D'ALL I CEBA PA S/ GLUTEN I IOGURT	ENSALADILLA RUSSA* AMB TONYINA, OU DUR I OLIVES FRICANDÓ DE VEDELLA** (AMB FARINA <b>S/ GLUTEN</b> ) AMB SOFREGIT DE CEBA, PEBROT I TOMÀQUET PA S/ GLUTEN I FRUITA	MELÒ AMB PERNIL PEIX FRESC** DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA S/ GLUTEN I FRUITA
3 21 AL 25 MAIG 18 AL 22 JUNY	CREMA DE CARBASSÓ <b>S/CROSTONS</b> LLUÇ A LA MARINERA (tomàquet,ceba,all,pebrot i julivert) AMB GAMBETES PA S/ GLUTEN I FRUITA	<b>ESPAGUETIS SENSE GLUTEN</b> A LA CARBONARA* POLLASTRE GUISAT AMB TOMÀQUET I CEBA PA S/ GLUTEN I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS ÇAÇO ADOBAT I PASTANAGA RATLLADA PA S/ GLUTEN I FRUITA	SOPA DE PEIX AMB RAP,LLUÇ I ESTRELLETES <b>SENSE GLUTEN</b> HAMBURGUESES* MIXTES AMB XAMPINYONS SALTEJATS PA S/ GLUTEN I FRUITA	ARRÒS AMB VERDURETES CEBA, CARBASSÓ, PEBROT I TOMÀQUET CALAMARS A L' ANDALUSA** (AMB FARINA <b>S/ GLUTEN</b> ) AMB PATATES FREGIDES** PA S/ GLUTEN I IOGURT
4 28 AL 1 JUNY	CREMA DE VERDURES ÇAÇO AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA S/ GLUTEN I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA AMB GALL DINDI* SALTEJAT MANDONGUILLES* AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA S/ GLUTEN I FRUITA	SOPA D' AU AMB FIDEUS <b>SENSE GLUTEN</b> PEIX FRESC** DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA S/ GLUTEN I IOGURT	LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇO* TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA PA S/ GLUTEN I FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA VARIADA PA S/ GLUTEN I FRUITA



\*INGREDIENTS SENSE GLUTEN (verificar segons fitxes de proveïdors)

L'oli de oliva es de producció ecològica

Els làctics són productes de La Fageda

L'arròs és ecològic

Dos fruites de temporada són ecològiques

\*\*TOTS els productes sense gluten cuits o fregits en oli net, a part del menú basal

Dos cops al mes el pollastre serà de producció ecològica

Dos cops al mes el peix serà de proximitat

La bleda, carbassa, coliflor,enciam,patata i col són de procedència ecològica



Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional



DINARS

Sopars  
Recomanats

PRODUCTE  
ECOLÒGIC

1	7 AL 11 MAIG 4 AL 8 JUNY	<b>DILLUNS</b> ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET <b>POLLASTRE ARREBOSSAT (S/LLET)</b> AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	<b>DIMARTS</b> ESPIRALS AMB PERNIL DOLÇ* I TONYINA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	<b>DIMECRES</b> AMANIDA CAMPERA (patata,tomàquet,pebrot i ou) CAÇO AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	<b>DIJOUS</b> CREMA TÈBIA DE PORROS I PATATES <b>S/LACTIS</b> LLOM ARREBOSSAT ( <b>SENSE LLET</b> ) AMB AMANIDA PA I FRUITA	<b>DIVENDRES</b> CIGRONS ESTOFATS TRUITA DE CARBASSÓ AMB PASTANAGA RATLLADA PA I <b>POSTRES DE SOJA</b>
	14 AL 18 MAIG 11 AL 15 JUNY	<b>DILLUNS</b> MACARRONS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET <b>SENSE FORMATGE RATLLAT</b> LLUÇ AL FORN AMB CEBA I PATATA PANADERA PA I FRUITA	<b>DIMARTS</b> ARRÒS 3 DELICIES (arròs,pernil* dolç i olives) SALSITXES* A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	<b>DIMECRES</b> LLENTIES ESTOFADES FILET DE GALL D'INDI AMB SOFREGIT D'ALL I CEBA PA I IOGURT DE <b>SOJA</b>	<b>DIJOUS</b> ENSALADILLA RUSSA AMB TONYINA, OU DUR I OLIVES <b>SENSE MAIONESA</b> FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT DE CEBA, PEBROT I TOMÀQUET PA I FRUITA	<b>DIVENDRES</b> MELÒ AMB PERNIL PEIX FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I FRUITA
3	21 AL 25 MAIG 18 AL 22 JUNY	<b>DILLUNS</b> CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS <b>S/LACTIS</b> LLUÇ A LA MARINERA (tomàquet,ceba,all,pebrot i julivert) AMB GAMBRIFES PA I FRUITA	<b>DIMARTS</b> ESPAGUETIS <b>AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET (S/FORMATGE RATLLAT)</b> POLLASTRE GUISAT AMB TOMÀQUET I CEBA PA I FRUITA	<b>DIMECRES</b> CIGRONS ESTOFATS CAÇO ADOBAT I PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	<b>DIJOUS</b> SOPA DE PEIX AMB RAP,LLUÇ I ESTRELLETES HAMBURGUESES MIXTES* AMB XAMPINYONS SALTEJATS PA I FRUITA	<b>DIVENDRES</b> ARRÒS AMB VERDURETES CEBA, CARBASSÓ, PEBROT I TOMÀQUET CALAMARS A L'ANDALUSA ( <b>S/LLET</b> ) AMB PATATES FREGIDES PA I IOGURT DE <b>SOJA</b>
	4	28 AL 1 JUNY	<b>DILLUNS</b> CREMA DE VERDURES <b>SENSE LACTIS</b> CAÇO AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	<b>DIMARTS</b> COL I PATATA BULLIDA AMB GALL D'INDI* SALTEJAT MANDONGUILLES* AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	<b>DIMECRES</b> SOPA D'AU AMB FIDEUS PEIX FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I IOGURT DE <b>SOJA</b>	<b>DIJOUS</b> LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇO* TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA



\* **INGREDIENTS SENSE LACTOSA** (verificar segons fitxes de proveïdors)

Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics  
Dos fruites de temporada són ecològiques  
La bleda, carbassa, coliflor, enciam, patata i col són de procedència ecològica

L'oli de oliva és de producció ecològica  
Dos cops al mes el pollastre serà de producció ecològica  
Dos cops al mes el peix serà de proximitat



DINARS

Sopars  
Recomanats

PRODUCTE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
1	7 AL 11 MAIG 4 AL 8 JUNY	ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET CROQUETES DE POLLASTRE AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	ESPIRALS AMB TONYINA S/PERNIL DOLÇ PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	AMANIDA CAMPERA (patata,tomàquet,pebrot i ou) CAÇÓ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	CREMA TÈBIA DE PORROS I PATATES GALL DINDI ARREBOSSAT AMB AMANIDA PA I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS S/CARN DE PORC TRUITA DE CARBASSÓ AMB PASTANAGA RATLLADA PA I GELAT
2	14 AL 18 MAIG 11 AL 15 JUNY	MACARRONS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB CEBA I PATATA PANADERA PA I FRUITA	ARRÒS AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	LLENTIES ESTOFADES S/CARN DE PORC FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D'ALL I CEBA PA I IOGURT	ENSALADILLA RUSSA AMB TONYINA, OU DUR I OLIVES FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT DE CEBA, PEBROT I TOMÀQUET PA I FRUITA	AMANIDA VARIADA PEIX FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I FRUITA
3	21 AL 25 MAIG 18 AL 22 JUNY	CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS LLUÇ A LA MARINERA (tomàquet,ceba,all,pebrot i julivert) AMB GAMBETES PA I FRUITA	ESPAGUETIS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET (S/BACÓ) POLLASTRE GUISAT AMB TOMÀQUET I CEBA PA I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS S/CARN DE PORC CAÇÓ ADOBAT I PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	SOPA DE PEIX AMB RAP,LLUÇ I ESTRELLETES HAMBURGUESES DE VEDELLA AMB XAMPINYONS SALTEJATS PA I FRUITA	ARRÒS AMB VERDURETES CEBA, CARBASSÓ, PEBROT I TOMÀQUET CALAMARS A L'ANDALUSA AMB PATATES FREGIDES PA I IOGURT
4	28 AL 1 JUNY	CREMA DE VERDURES CAÇÓ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA AMB GALL DINDI SALTEJAT MANDONGUILLES DE VEDELLA AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	SOPA D'AU AMB FIDEUS (brou s/carn de porc) PEIX FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I IOGURT	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES S/XORIÇO TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA VARIADA PA I FRUITA



Éls làctics són productes de La Fageda  
Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics  
Dos fruites de temporada són ecològiques

L'oli de oliva és de producció ecològica  
Dos cops al mes el pollastre serà de producció ecològica  
Dos cops al mes el peix serà de proximitat  
La bleda, carbassa, coliflor, enciam, patata i col són de procedència ecològica



Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional



DINARS

Sopars  
Recomanats

PRODUCTE  
ECOLÒGIC

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 7 AL 11 MAIG 4 AL 8 JUNY	ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET CROQUETES DE PEIX AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	ESPIRALS AMB TONYINA S/PERNIL DOLÇ OUS DURS AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	AMANIDA CAMPERA (patata,tomàquet,pebrot i ou) CAÇÓ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	CREMA TÈBIA DE PORROS I PATATES PEIX A LA PLANXA AMB AMANIDA PA I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS S/CARN TRUITA DE CARBASSÓ AMB PASTANAGA RATLLADA PA I GELAT
2 14 AL 18 MAIG 11 AL 15 JUNY	MACARRONS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB CEBA I PATATA PANADERA PA I FRUITA	ARRÒS AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	LLENTIES ESTOFADES S/CARN PEIX AMB SOFREGIT D'ALL I CEBA PA I FRUITA	ENSALADILLA RUSSA AMB TONYINA I OLIVES (s/ou) OUS DURS AMB SOFREGIT DE CEBA, PEBROT I TOMÀQUET PA I IOGURT	AMANIDA VARIADA PEIX FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I FRUITA
3 21 AL 25 MAIG 18 AL 22 JUNY	CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS LLUÇ A LA MARINERA (tomàquet,ceba,all,pebrot i julivert) AMB GAMBETES PA I FRUITA	ESPAGUETIS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET (S/BACÓ) TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA PA I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS S/CARN CAÇÓ ADOBAT I PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	SOPA DE PEIX AMB RAP,LLUÇ I ESTRELLETES REMENAT D'OU AMB XAMPINYONS SALTEJATS PA I FRUITA	ARRÒS AMB VERDURETES CEBA, CARBASSÓ, PEBROT I TOMÀQUET CALAMARS A L'ANDALUSA AMB PATATES FREGIDES PA I IOGURT
4 28 AL 1 JUNY	CREMA DE VERDURES CAÇÓ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA S/ GALL D'INDI SALTEJAT OUS DURS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	SOPA VEGETAL AMB FIDEUS PEIX FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I IOGURT	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES S/XORIÇO TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET PEIX AL FORN AMB AMANIDA VARIADA PA I FRUITA



Els làctics són productes de La Fageda  
Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics  
Dos fruites de temporada són ecològiques

L'oli de oliva és de producció ecològica  
Dos cops al mes el peix serà de proximitat  
La bleda, carbassa, coliflor,enciam,patata i col són de procedència ecològica



DINARS

Sopars  
Recomanats

PRODUCTE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
1	<b>7 AL 11 MAIG</b>  <b>4 AL 8 JUNY</b>	<b>ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET</b> <b>POLLASTRE ARREBOSSAT** S/OU AMB ENCIAM I TOMÀQUET</b> PA I FRUITA	<b>ESPIRALS S/OU AMB PERNIL DOLÇ* I TONYINA</b> <b>PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT</b> PA I FRUITA	<b>AMANIDA CAMPERA S/OU (patata,tomàquet,pebrot)</b> <b>CAÇO AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET</b> PA I FRUITA	<b>CREMA TÈBIA DE PORROS I PATATES</b> <b>LLOM ARREBOSSAT** (S/OU) AMB AMANIDA</b> PA I FRUITA	<b>CIGRONS ESTOFATS</b> <b>PEIX A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA</b> PA I GELATS <b>SENSE OU</b>
2	<b>14 AL 18 MAIG</b>  <b>11 AL 15 JUNY</b>	<b>MACARRONS SENSE OU AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET (S/FORMATGE RATLLAT)</b> <b>LLUÇ AL FORN AMB CEBA I PATATA PANADERA</b> PA I FRUITA	<b>ARRÒS 3 DELICIES (arròs,pernil dolç* i olives)</b> <b>SALSITXES* A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA</b> PA I FRUITA	<b>LLENTIES ESTOFADES</b> <b>FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D'ALL I CEBA</b> PA I IOGURT	<b>ENSALADILLA AMB TONYINA I OLIVES SENSE OU NI MAIONESA</b> <b>FRICANDÓ** DE VEDELLA AMB SOFREGIT DE CEBA, PEBROT I TOMÀQUET</b> PA I FRUITA	<b>MELÒ AMB PERNIL</b> <b>PEIX** FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA</b> PA I FRUITA
3	<b>21 AL 25 MAIG</b>  <b>18 AL 22 JUNY</b>	<b>CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS*</b> <b>LLUÇ A LA MARINERA (tomàquet,ceba,all,pebrot i julivert) AMB GAMBETES</b> PA I FRUITA	<b>ESPAGUETIS A LA CARBONARA^</b> <b>POLLASTRE GUISAT AMB TOMÀQUET I CEBA</b> PA I FRUITA	<b>CIGRONS ESTOFATS</b> <b>CAÇO ADOBAT I PASTANAGA RATLLADA</b> PA I FRUITA	<b>SOPA DE PEIX AMB RAP,LLUÇ I ESTRELLETES</b> <b>HAMBURGUESES MIXTES* AMB XAMPINYONS SALTEJATS</b> PA I FRUITA	<b>ARRÒS AMB VERDURETES CEBA, CARBASSÓ, PEBROT I TOMÀQUET</b> <b>CALAMARS A L'ANDALUSA** (S/OU) AMB PATATES FREGIDES**</b> PA I IOGURT
4	<b>28 AL 1 JUNY</b>	<b>CREMA DE VERDURES</b> <b>CAÇO AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET</b> PA I FRUITA	<b>COL I PATATA BULLIDA AMB GALL DINDI SALTEJAT</b> <b>MANDONGUILLES* AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET</b> PA I FRUITA	<b>SOPA D'AU AMB FIDEUS S/OU</b> <b>PEIX FRESC** DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA</b> PA I IOGURT	<b>LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇO*</b> <b>GALL DINDI A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA</b> PA I FRUITA	<b>ARRÒS AMB TOMÀQUET</b> <b>CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA VARIADA</b> PA I FRUITA



**\* INGREDIENTS SENSE OU NI DERIVATS (verificar segons fitxes de proveïdors)** **\*\*TOTS els productes sense ou cuïts o fregits en oli net, a part del menú basal**  
 Els làctics són productes de La Fageda  
 Els llegums i l'arròs són ecològics  
 Dos fruites de temporada són ecològiques  
 La bleda, carbassa, coliflor,enciam,patata i col són de procedència ecològica  
 L'oli de oliva és de producció ecològica  
 Dos cops al mes el pollastre serà de producció ecològica  
 Dos cops al mes el peix serà de proximitat



Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

DINARS

Sopars  
Recomanats

PRODUCTE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 7 AL 11 MAIG 4 AL 8 JUNY	ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET CROQUETES DE POLLASTRE** AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	ESPIRALS AMB PERNIL DOLÇ S/TONYINA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	AMANIDA CAMPERA (patata,tomàquet,pebrot i ou) OUS DURS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	CREMA TÈBIA DE PORROS I PATATES LLOM ARREBOSSAT** AMB AMANIDA PA I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS TRUITA DE CARBASSÓ AMB PASTANAGA RATLLADA PA I GELAT
2 14 AL 18 MAIG 11 AL 15 JUNY	MACARRONS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET TRUITA A LA FRANCESA AMB CEBA I PATATA PANADERA PA I FRUITA	ARRÒS 3 DELICIES (arròs,pernil dolç i olives SENSE FARCIR) SALSITXES A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	LLENTIES ESTOFADES FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D'ALL I CEBA PA I IOGURT	ENSALADILLA RUSSA SENSE TONYINA AMB OU DUR I OLIVES SENSE FARCIR FRICANDÓ DE VEDELLA** AMB SOFREGIT DE CEBA, PEBROT I TOMÀQUET PA I FRUITA	MELÒ AMB PERNIL POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA (SENSE TONYINA) PA I FRUITA
3 21 AL 25 MAIG 18 AL 22 JUNY	CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	ESPAGUETIS A LA CARBONARA POLLASTRE GUISAT AMB TOMÀQUET I CEBA PA I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS LLOM A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	SOPA D'AU AMB ESTRELLETES HAMBURGUESES MIXTES AMB XAMPINYONS SALTEJATS PA I FRUITA	ARRÒS AMB VERDURETES CEBA, CARBASSÓ, PEBROT I TOMÀQUET OUS DURS AMB I PATATES FREGIDES** PA I IOGURT
4 28 AL 1 JUNY	CREMA DE VERDURES TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM PA I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA AMB GALL DINDI SALTEJAT MANDONGUILLES AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	SOPA D'AU AMB FIDEUS GALL DINDI A LA PLANXA AMB AMANIDA S/TONYINA PA I IOGURT	LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇO TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA VARIADA* PA I FRUITA



\* INGREDIENTS SENSE PEIX NI DERIVATS (verificar segons fitxes de proveïdors)

\*\*TOTS els productes sense peix cuits o fregits en oli net, a part del menú basal

Els làctics són productes de La Fageda

Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics

Dos fruites de temporada són ecològiques

L'oli de oliva és de producció ecològica

Dos cops al mes el pollastre serà de producció ecològica

La bleda, carbassa, coliflor, enciam, patata i col són de procedència ecològica



DINARS

Sopars  
Recomanats

PRODUCTE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 7 AL 11 MAIG 4 AL 8 JUNY	ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET CROQUETES DE POLLASTRE** AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	ESPIRALS AMB PERNIL DOLÇ I TONYINA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	AMANIDA CAMPERA (patata,tomàquet,pebrot i ou) ÇAÇO AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	CREMA TÈBIA DE PORROS I PATATES LLOM ARREBOSSAT** AMB AMANIDA PA I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS S/PICADA TRUITA DE CARBASSÓ AMB PASTANAGA RATLLADA PA I GELAT*
2 14 AL 18 MAIG 11 AL 15 JUNY	MACARRONS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB CEBA I PATATA PANADERA PA I FRUITA	ARRÒS 3 DELICIES (arròs,pernil dolç i olives) SALSITXES* A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	LLENTIES ESTOFADES S/PICADA FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D'ALL I CEBA PA I IOGURT	ENSALADILLA RUSSA* AMB TONYINA, OU DUR I OLIVES FRICANDÓ DE VEDELLA** AMB SOFREGIT DE CEBA, PEBROT I TOMÀQUET PA I FRUITA	MELÒ AMB PERNIL PEIX** FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I FRUITA
3 21 AL 25 MAIG 18 AL 22 JUNY	CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS* LLUÇ A LA MARINERA (tomàquet,ceba,all,pebrot i julivert) AMB GAMBETES S/PICADA DE FRUITS SECS PA I FRUITA	ESPAGUETIS A LA CARBONARA* POLLASTRE GUISAT AMB TOMÀQUET I CEBA s(picada PA I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS S/PICADA ÇAÇO ADOBAT* I PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	SOPA DE PEIX* AMB RAP,LLUÇ I ESTRELLETES HAMBURGUESES* MIXTES AMB XAMPINYONS SALTEJATS PA I FRUITA	ARRÒS AMB VERDURETES CEBA, CARBASSÓ, PEBROT I TOMÀQUET CALAMARS A L'ANDALUSA** AMB PATATES FREGIDES** PA I IOGURT
4 28 AL 1 JUNY	CREMA DE VERDURES ÇAÇO AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA AMB GALL DINDI SALTEJAT MANDONGUILLES* AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	SOPA D'AU AMB FIDEUS PEIX FRESC** DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I IOGURT	LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇO S/PICADA TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA VARIADA PA I FRUITA



Els làctics són productes de La Fageda  
Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics  
Dos fruites de temporada són ecològiques

L'oli de oliva és de producció ecològica  
Dos cops al mes el pollastre serà de producció ecològica  
Dos cops al mes el peix serà de proximitat  
La bleda, carbassa, coliflor, enciam, patata i col són de procedència ecològica



\* INGREDIENTS SENSE FRUITS SECS NI PICADA DE FRUITS SECS (verificar segons fitxes de proveïdors)

\*\*TOTS els productes sense fruits secs cuits o fregits en oli net, a part del menú basal

DINARS

Sopars  
Recomanats

PRODUCTE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
1	7 AL 11 MAIG 4 AL 8 JUNY	ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	ESPIRALS AMB TONYINA S/PERNIL DOLÇ PERNILETS DE POLLASTRE S/PELL AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	AMANIDA CAMPERA (patata,tomàquet,pebrot i ou) ÇAÇO AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	CREMA TÈBIA DE PORROS I PATATES S/LACTIS LLOM A LA PLANXA AMB AMANIDA PA I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES S/CARN TRUITA DE CARBASSÓ AMB PASTANAGA RATLLADA PA I IOGURT DESNATAT
2	14 AL 18 MAIG 11 AL 15 JUNY	MACARRONS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET S/FORMATGE LLUÇ AL FORN AMB CEBA I PATATA PANADERA PA I FRUITA	ARRÒS AMB VERDURES POLLASTRE A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	LLENTIES ESTOFADES S/CARN FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D'ALL I CEBA PA I IOGURT DESNATAT	ENSALADILLA BULLIDA S/MAIONESA, TONYINA NI OLIVES OUS DURS AMB SOFREGIT DE CEBA, PEBROT I TOMÀQUET PA I FRUITA	AMANIDA VARIADA PEIX FRESC AL FORN O A LA PLANXA DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I FRUITA
3	21 AL 25 MAIG 18 AL 22 JUNY	CREMA DE CARBASSÓ S/LACTIS NI CROSTONS LLUÇ AL FORN AMB GAMBETES S/SALSA PA I FRUITA	ESPAGUETIS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET I CEBA (S/CARN NI FORMATGE) POLLASTRE S/PELL AL FORN S/SALSA PA I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES S/CARN ÇAÇO ADOBAT I PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	SOPA DE PEIX AMB RAP,LLUÇ I ESTRELLETES BROU DESGREIXAT GALL DINDI PLANXA AMB XAMPINYONS SALTEJATS PA I FRUITA	ARRÒS AMB VERDURETES CEBA, CARBASSÓ, PEBROT I TOMÀQUET PEIX A LA PLANXA AMB AMANIDA S/PATATES FREGIDES PA I IOGURT DESNATAT
4	28 AL 1 JUNY	CREMA DE VERDURES S/LACTIS ÇAÇO AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA S/ GALL DINDI SALTEJAT OUS DURS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	SOPA D'AU BROU DESGREIXAT AMB FIDEUS PEIX FRESC PLANXA O FORN DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I IOGURT DESNATAT	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES S/CARN TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET CUIXA DE POLLASTRE S/PELL AL FORN AMB AMANIDA VARIADA PA I FRUITA



Els làctics són productes de La Fageda  
Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics  
Dos fruites de temporada són ecològiques

L'oli de oliva és de producció ecològica  
Dos cops al mes el pollastre serà de producció ecològica  
Dos cops al mes el peix serà de proximitat  
La bleda, carbassa, coliflor, enciam, patata i col són de procedència ecològica





DINARS

Sopars  
Recomanats

PRODUCTE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 7 AL 11 MAIG 4 AL 8 JUNY	ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET CROQUETES DE POLLASTRE** AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	ESPIRALS AMB PERNIL DOLÇ I TONYINA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	AMANIDA D'ARRÒS (arròs,tomàquet,pebrot i ou) ÇAÇO AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	CREMA TÈBIA DE PORROS S/PATATA (s/lactis) LLOM ARREBOSSAT** AMB AMANIDA PA I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS S/PICADA NI PATATA TRUITA DE CARBASSÓ AMB PASTANAGA RATLLADA PA I GELAT* s/cacao
2 14 AL 18 MAIG 11 AL 15 JUNY	MACARRONS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET (S/FORMATGE RATLLAT) LLUÇ AL FORN AMB CEBA S/PATATA PA I FRUITA	ARRÒS 3 DELICIES (arròs,pernil dolç i olives) SALSITXES* A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	LLENTIES ESTOFADES S/PICADA NI PATATA FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D'ALL I CEBA PA I IOGURT	VERDURA SENSE PATATA AMB TONYINA, OU DUR I OLIVES FRICANDÓ DE VEDELLA** AMB SOFREGIT DE CEBA, PEBROT I TOMÀQUET PA I FRUITA	MELÒ AMB PERNIL PEIX** FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I FRUITA
3 21 AL 25 MAIG 18 AL 22 JUNY	CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS* S/PATATA NI LACTIS LLUÇ A LA MARINERA (tomàquet,ceba,all,pebrot i julivert) AMB GAMBETES S/PICADA DE FRUITS SECS PA I FRUITA	ESPAGUETIS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET (S/FORMATGE RATLLAT) POLLASTRE GUISAT AMB TOMÀQUET I CEBA s(picada PA I FRUITA	CIGRONS ESTOFATS S/PICADA NI PATATA ÇAÇO ADOBAT* I PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	SOPA DE PEIX* AMB RAP,LLUÇ I ESTRELLETES BROU S/PATATA HAMBURGUESES* MIXTES AMB XAMPINYONS SALTEJATS PA I FRUITA	ARRÒS AMB VERDURETES CEBA, CARBASSÓ, PEBROT I TOMÀQUET CALAMARS A L'ANDALUSA** AMB AMANIDA S/PATATES FREGIDES PA I IOGURT
4 28 AL 1 JUNY	CREMA DE VERDURES S/PATATA NI LACTIS ÇAÇO AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	COL BULLIDA AMB GALL DINDI SALTEJAT S/PATATA MANDONGUILLES* AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	SOPA D'AU AMB FIDEUS BROU S/PATATA PEIX FRESC** DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I IOGURT	LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇO S/PICADA NI PATATA TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA VARIADA PA I FRUITA



Els làctics són productes de La Fageda  
Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics  
Dos fruites de temporada són ecològiques

\*Menú sense fruits secs, patata ni cacao. Moderar el consum de lactis

L'oli de oliva és de producció ecològica  
Dos cops al mes el pollastre serà de producció ecològica  
Dos cops al mes el peix serà de proximitat  
La bleda, carbassa, coliflor,enciam,patata i col són de procedència ecològica

\*\*TOTS els productes sense fruits secs cuits o fregits en oli net, a part del menú basal



Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional



DINARS

Sopars  
Recomanats

PRODUCTE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 7 AL 11 MAIG 4 AL 8 JUNY	ARRÒS AMB VERDURES PERMESES CROQUETES DE POLLASTRE AMB ENCIAM S/TOMÀQUET PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	ESPIRALS AMB PERNIL DOLÇ I TONYINA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	AMANIDA CAMPERA (patata i ou amb verdures permeses) ÇAÇO AL FORN PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	CREMA DE VERDURES PERMESES LLOM ARREBOSSAT AMB ENCIAM PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	PATATES ESTOFADES AMB VERDURES PERMESES TRUITA A LA FRANCESA AMB COGOMBRE AMANIT PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE
2 14 AL 18 MAIG 11 AL 15 JUNY	MACARRONS AMB XAMPINYONS LLUÇ AL FORN AMB PATATA PANADERA S/CEBA PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	ARRÒS AMB VERDURETES PERMESES SALSITXES A LA PLANXA AMB ENCIAM PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	PATATES ESTOFADES AMB VERDURES PERMESES FILET DE GALL DINDI AMB SUQUET PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	VERDURA PERMESA AMB TONYINA I OU DUR FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT DE VERDURES PERMESES PA I IOGURT NATURAL O SENSE SUCRE	VERDURA PERMESA AMB PATATA PEIX FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB ENCIAM I TONYINA PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE
3 21 AL 25 MAIG 18 AL 22 JUNY	CREMA VERDURES PERMESES AMB CROSTONS LLUÇ AL FORN AMB GAMBETES S/SALSA PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	ESPIRALS AMB XAMPINYONS I OLI DE OLIVA POLLASTRE GUISAT AMB VERDURES PERMESES PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	PATATES ESTOFADES AMB VERDURES PERMESES ÇAÇO ADOBAT I COGOMBRE PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	SOPA DE PEIX AMB RAP, LLUÇ I ESTRELLETES HAMBURGUESES MIXTES AMB XAMPINYONS SALTEJATS PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	ARRÒS AMB VERDURETES PERMESES CALAMARS A L'ANDALUSA** AMB PATATES FREGIDES** PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE
4 28 AL 1 JUNY	CREMA DE VERDURES PERMESES ÇAÇO AL FORN PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	VERDURA PERMESA I PATATA BULLIDA AMB GALL DINDI SALTEJAT MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	SOPA D'AU AMB FIDEUS PEIX FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB ENCIAM I TONYINA PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	PATATES ESTOFADES AMB VERDURES PERMESES TRUITA A LA FRANCESA AMB COGOMBRE PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	ARRÒS AMB VERDURES PERMESES CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I COGOMBRE AMANITS PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE



Els làctics són productes de La Fageda  
Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics  
Totes les fruites i verdures de temporada són ecològiques

L'oli de oliva és de producció ecològica  
Dos cops al mes el pollastre serà de producció ecològica  
Dos cops al mes el peix serà de proximitat



\*Tots els ingredients utilitzats cal verificar segons etiqueta i fitxes de proveïdors que no contenen ni estan fets amb FRUCTOSA o SORBITOL.

\*\* Donat que algunes llegums i hortalisses es poden consumir en petites quantitats al llarg del dia, cal contrastar amb la quantitat ingerida al sopar segons el límit de tolerància